

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การพัฒนาประเทศชาติให้มีความเจริญก้าวหน้า ประเด็นสำคัญประเด็นหนึ่งก็คือ การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีคุณภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กและเยาวชนซึ่งเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่จะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศในอนาคต แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติหลายฉบับที่ผ่านมา จนกระทั่งถึงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) ยังคงให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพของทรัพยากรมนุษย์โดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ตามแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เพื่อก้าวไปสู่สังคมที่อยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน (Green and Happiness Society)

หากจะกล่าวถึงการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ เด็กและเยาวชนถือเป็นศูนย์กลางแห่งการพัฒนา เป็นรากฐานกำลังสำคัญที่มีอิทธิพลต่อทิศทางความเป็นไปของประเทศชาติ การที่จะพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีคุณภาพ จะต้องมีการพัฒนาครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ความคิด (Cognitive) ความรู้สึก (Affective) และด้านพฤติกรรมการแสดงออก (Behavior) เพราะในชีวิตประจำวันมนุษย์ใช้คุณลักษณะทั้ง 3 ด้านผสมผสานกัน แต่ในทางปฏิบัติแล้วส่วนใหญ่จะมุ่งเน้นการพัฒนาด้านความรู้ ความคิด และทักษะกันมากกว่าด้านอารมณ์และความรู้สึก ทั้ง ๆ ที่ในชีวิตประจำวันมนุษย์ใช้อารมณ์เป็นพื้นฐาน และชี้นำการแสดงพฤติกรรมของตนเองเป็นสำคัญ (นันทนา วงษ์อินทร์, 2543, หน้า 20)

จากรูปแบบการจัดการศึกษาแบบเดิมที่เน้นการพัฒนาเด็กและเยาวชนเพื่อไปสู่ผู้ที่มีสติปัญญาดี แต่ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา มีงานวิจัยจำนวนมากที่สะท้อนให้เห็นว่า ผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตไม่ได้มีปัจจัยทางด้านความฉลาดทางสติปัญญาแต่เพียงอย่างเดียว หากแต่ว่ามีปัจจัยที่สำคัญอีกปัจจัยหนึ่งที่สามารถพยากรณ์ความสุขและความสำเร็จได้ นั่นก็คือ ความฉลาดทางอารมณ์ ดังนั้นแผนการจัดการศึกษา หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 นอกจากจะมุ่งปลูกฝังด้านปัญญา พัฒนาการคิดของผู้เรียนให้มีความสามารถในการคิดอย่างสร้างสรรค์ คิดอย่างมีวิจารณญาณแล้ว ยังมุ่งพัฒนาความสามารถทางด้านอารมณ์ โดยปลูกฝังให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าของตนเอง เข้าใจตนเอง เห็นอกเห็นใจผู้อื่น สามารถแก้ปัญหาความขัดแย้งทางด้านอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2548, หน้า 1) ซึ่งแนวทางในการพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีคุณลักษณะดังกล่าวที่ว่ามา มีความสอดคล้องกับการพัฒนาเด็กให้เป็นผู้มี

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) หรือ EQ นั้นเอง

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) หรือ EQ หมายถึง ทักษะเฉพาะตัวที่ทำให้คนเราประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียน การงาน ครอบครัวและชีวิตส่วนตัว เพราะคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ คือคนที่สามารถเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง รู้จักควบคุม จัดการแสดงออกทางอารมณ์ รู้จักใช้ชีวิตอย่างเหมาะสม สามารถที่จะตรวจสอบอารมณ์และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ (Mayer & Salovey, 1997) ทั้งนี้พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) ซึ่งปัจจุบันดำรงสมณศักดิ์ที่พระพรหมคุณาภรณ์ ได้อธิบายความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า อารมณ์คือสภาพจิตที่โยงไปถึงพฤติกรรมในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เพราะอารมณ์หรือสภาพจิตนั้นอาศัยพฤติกรรมเป็นช่องสื่อสารออกมา เมื่ออารมณ์หรือสภาพจิตใจได้รับการดูแลพัฒนา ซึ่งช่อง นำทาง ขยายขอบเขตและปลดปล่อยด้วยปัญญา ให้สื่อสารแสดงออกได้อย่างได้ผลดี ด้วยพฤติกรรมทางกาย วาจาที่นับได้ว่าระบบความสัมพันธ์แห่งพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา เข้าประสานกันบรรจบเป็นองค์รวม ซึ่งเมื่อดำเนินไปอย่างถูกต้องก็จะอยู่ในภาวะสมดุลก่อให้เกิดผลดีทั้งต่อตนเองและคนอื่นตลอดถึงสังคมและสิ่งแวดล้อมทั้งหมด (กรมสุขภาพจิต, 2544, หน้า 38) ความฉลาดทางอารมณ์ส่งอิทธิพลสำคัญต่อบุคคลเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นการกระทำสิ่งใดก็ตาม บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง จะสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมและอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข เข้าใจอารมณ์และปัญหาสังคมได้ในแง่มุมต่าง ๆ รวมทั้งมีความสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี (Gibbs, 1995, pp. 24-31) คุณลักษณะต่าง ๆ ของความฉลาดทางอารมณ์ ข้างต้น ล้วนมีความสำคัญต่อแต่ละบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่กำลังมีความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ หลายประการ จึงถือว่าเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อแห่งการปรับตัว วัยรุ่นเป็นวัยที่กำลังแสวงหาความเป็นตัวตน (Identity) มีความปรารถนาที่จะเข้าใจตนเอง ต้องการความมั่นใจ รวมทั้งการเข้าใจและยอมรับจากบุคคลรอบตัว เป็นช่วงวัยที่ต้องการความเข้าใจ และการส่งเสริมให้เกิดการปรับตัวอย่างเหมาะสม

ในสถานการณ์ปัจจุบันเห็นได้ว่าวัยรุ่นจำนวนมากที่มีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสม นำมาซึ่งปัญหาต่าง ๆ มากมาย เช่น ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว การใช้สารเสพติด การแสดงออกที่ไม่พึงประสงค์ ล้วนเป็นสิ่งที่น่าห่วงเป็นอย่างยิ่ง ประกอบกับในภาวะทางสังคมโลกาภิวัตน์ ที่วัฒนธรรมไทยอันงดงาม กำลังได้รับอิทธิพลจากค่านิยมแบบบริโภคนิยม และวัตถุนิยม การพัฒนาจิตใจให้เกิดความฉลาดทางอารมณ์ จึงเป็นเรื่องสำคัญในการทำให้เราดำรงชีวิตได้อย่างมั่นคงไม่หวั่นไหวท่ามกลางความแปรปรวนทางสังคม (ภัทรพร สิริกาญจน์, 2548, หน้า 608) ดังนั้นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้กับเด็กวัยดังกล่าว จึงถือเป็นภูมิคุ้มกัน ป้องกัน

ปัญหาอันจะเกิดขึ้นอันเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงและเป็นการปรับตัวตอบรับต่อความเปลี่ยนแปลงได้เป็นอย่างดี

จากการประมวลและสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ในประเทศไทยพบว่า งานวิจัยส่วนใหญ่มุ่งเน้นที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ และตัวแปรต่าง ๆ หรือ ศึกษาถึงอิทธิพลของตัวแปรต่าง ๆ ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ ในขณะที่การศึกษาในเรื่องของการสร้างเครื่องมือหรือแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ ตลอดจนการศึกษากการสร้างโปรแกรมการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ยังมีน้อย (อัจฉรา สุขารมณ์ และ อังสินันท์ อินทรกำแหง, 2548, หน้า 140) การศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีอยู่นั้น ได้มีการหยิบยกเอาหลายทฤษฎีมาใช้ ซึ่งล้วนต้องใช้ระยะเวลาแตกต่างกันออกไป อย่างไรก็ตามที่ผ่านมายังไม่ได้มีการนำทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสมาใช้ในการวิจัยเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์แต่อย่างใด

โปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส (Neuro-Linguistic Programming) หรือ NLP หมายถึง โครงสร้างประสบการณ์เฉพาะที่เกิดขึ้นผ่านระบบประสาททั้งห้า คือ การมองเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส และ การสัมผัส ไปสู่กระบวนการป้อนรหัส และให้ความหมาย เพื่อแสดงออกมาเป็นวัจนภาษา และอวัจนภาษาโดยใช้จิตสำนึกและจิตใต้สำนึกของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นทฤษฎีหนึ่งที่เกิดขึ้นมาจากการบำบัดตามแนวความคิดแบบเกสตัต์ของฟริทซ์ เพิร์ล กรอบคร้วบำบัดของเวอร์จิเนีย ซาเทียร์ และการสะกดจิตของมิลตัน อีริกสัน มาผสมผสานกับ ทฤษฎีการสื่อสารและระบบของเกรเกอร์ แบทสัน (O' Connor & Seymour, 1993, pp. 1-3) โดยมีจุดมุ่งหมายในการช่วยเพิ่มทางเลือกให้บุคคลในการกระทำต่าง ๆ NLP ช่วยให้บุคคลค้นพบวิธีการจัดการกับสถานะที่เป็นปัญหา โดยใช้ระยะเวลาสั้นก็สัมฤทธิ์ผล ทั้งนี้เทคนิคการให้คำปรึกษาในทฤษฎีดังกล่าวมีอยู่จำนวนหลายเทคนิค สำหรับการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกศึกษาเทคนิค สัญญาณพลังแบบองค์รวม (Global Anchoring) ซึ่งเป็นเทคนิคหนึ่ง ที่มุ่งไปที่การสร้างคุณลักษณะที่ดีที่สามารถยกระดับการนับถือตนเองของผู้รับคำปรึกษา เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติตนในสถานการณ์ปัจจุบันหรือต่อเงื่อนไขที่ผู้รับคำปรึกษาเลือกสรรได้ยาก (Villar, 1997, p. 106) ทั้งนี้เพื่อเป็นการปรับความรู้สึกรับคำปรึกษา ต่อประสบการณ์ที่สักระกั้นการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสมและเป็นอิสระ ขยายขอบเขตการรับรู้และความเข้าใจต่อความรู้สึกของตนเองให้เท่าทันต่ออารมณ์ ก่อให้เกิดทางเลือกในการจัดการกับสถานะอารมณ์ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การแสดงออกที่เหมาะสมทั้งในปัจจุบันและอนาคต

จากเหตุผลและความสำคัญดังกล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลการให้คำปรึกษา
ทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
ซึ่งกำลังประสบกับการเปลี่ยนแปลงหลายด้านตามช่วงวัย และจำเป็นต้องมีการปรับตัวตอบรับ
กับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวอย่างเหมาะสม อันจะเป็นอีกทางเลือกหนึ่งสำหรับผู้ให้คำปรึกษาเพื่อ
พัฒนาให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น มีความเข้าใจในอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและ
ผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจและมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลรอบตัว สามารถจัดการกับสภาวะอารมณ์
และแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ มีความรับผิดชอบ รู้จักพึ่งพาตนเอง เป็นภูมิคุ้มกันในการปรับตัว
และแก้ไขข้อขัดแย้งต่าง ๆ อย่างเหมาะสมกับสภาพการเปลี่ยนแปลง เป็นนักเรียนที่มีคุณลักษณะ
เก่ง ดี มีสุข พร้อมพัฒนาตนเองเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพ สอดคล้องตามค่านิยมของ
ความพอเพียง ที่ประกอบด้วย “ความพอประมาณ ความมีเหตุมีผล และ มีภูมิคุ้มกันที่ดี” (กลุ่มงาน
เศรษฐกิจพอเพียง, 2549)

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมภาษา ประสาทสัมผัสด้วยเทคนิคสัญญาณพลังแบบ
องค์รวมต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิค
สัญญาณพลังแบบองค์รวม มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลอง สูงกว่า กลุ่มควบคุม
3. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิค
สัญญาณพลังแบบองค์รวม มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะติดตามผล สูงกว่า กลุ่มควบคุม
4. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิค
สัญญาณพลังแบบองค์รวม มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะหลังการทดลอง สูงกว่า ในระยะ
ก่อนการทดลอง
5. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสด้วยเทคนิค
สัญญาณพลังแบบองค์รวม มีความฉลาดทางอารมณ์ในระยะติดตามผล สูงกว่า ในระยะก่อน
การทดลอง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

เป็นแนวทางสำหรับบุคลากรด้านการให้คำปรึกษา ให้มีทางเลือกเพิ่มขึ้นในการนำ การให้คำปรึกษาโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส โดยใช้เทคนิคสัญญาณพลังแบบองค์รวม ไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานการให้คำปรึกษาได้อย่างเหมาะสม และมีประสิทธิภาพต่อไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งเพื่อการพัฒนาความฉลาดทางด้านอารมณ์ ของเด็กและเยาวชนให้มีความฉลาด ทางอารมณ์สูงขึ้น มีความเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง มีความรู้เท่าทันอารมณ์ รู้จักควบคุม และแสดงออก อย่างเหมาะสม รู้จุดเด่นและจุดด้อยของตนเอง กล้าที่จะยอมรับและเผชิญความจริง ในปัจจุบัน มีความเข้าใจในความรู้สึกของคนอื่น ตลอดจนมีความสามารถในการแก้ไขข้อขัดแย้ง มีการปรับตัวอย่างเหมาะสม และดำเนินชีวิตอย่างเป็นคนเก่ง คนดี และมีความสุข

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ในการศึกษาค้นคว้า ได้แก่ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2

1.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี คัดเลือกโดยวิธีสุ่มอย่างง่ายจากคนที่มีความฉลาดทาง อารมณ์ต่ำกว่า 140 คะแนนลงมา และมีความสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย จำนวน 16 คน โดยจับฉลาก สุ่มเข้ากลุ่มทดลองจำนวน 8 คน และ กลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน กลุ่มทดลอง ประกอบด้วยนักเรียน หญิงจำนวน 6 คน และนักเรียนชายจำนวน 2 คน ในขณะที่กลุ่มควบคุม ประกอบด้วยนักเรียนหญิง จำนวน 7 คน และนักเรียนชายจำนวน 1 คน

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) มี 2 ตัวแปร คือ

2.1.1 วิธีการให้คำปรึกษา ได้แก่

2.1.1.1 การให้คำปรึกษาทฤษฎีโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส ด้วยเทคนิค สัญญาณพลังแบบองค์รวม

2.1.1.2 วิธีปกติ

2.1.2 ระยะเวลาของการทดลอง แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ

2.1.2.1 ระยะก่อนการทดลอง (Pre-Test)

2.1.2.2 ระยะหลังการทดลอง (Post-Test)

2.1.2.3 ระยะติดตามผล (Follow up)

2.1.3 ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ ความฉลาดทางอารมณ์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์ และมีความสุข ซึ่งประกอบด้วยความสามารถต่าง ๆ ดังนี้

1.1 คือ หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วยความสามารถดังต่อไปนี้

1.1.1 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

1.1.1.1 รู้จักอารมณ์และความต้องการของตนเอง

1.1.1.2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้

1.1.1.3 แสดงออกอย่างเหมาะสม

1.1.2 เห็นใจผู้อื่น

1.1.2.1 ใส่ใจผู้อื่น

1.1.2.2 เข้าใจและยอมรับผู้อื่น

1.1.2.3 แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

1.1.3 รับผิดชอบ

1.1.3.1 รู้จักให้/ รู้จักรับ

1.1.3.2 รับผิดชอบ/ ให้อภัย

1.1.3.3 เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

1.2 เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วยความสามารถดังต่อไปนี้

1.2.1 รู้จักและมีแรงจูงใจตนเอง

1.2.1.1 รู้ศักยภาพของตนเอง

1.2.1.2 สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้

1.2.1.3 มีความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย

1.2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา

1.2.2.1 รับรู้และเข้าใจปัญหา

1.2.2.2 มีขั้นตอนในการแก้ปัญหา

1.2.2.3 มีความยืดหยุ่น

1.2.3 มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

1.2.3.1 สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

1.2.3.2 กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม

1.2.3.3 แสดงความเห็นที่ขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

1.3 สุข หมายถึง การดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ประกอบด้วย

1.3.1 ภูมิใจในตนเอง

1.3.1.1 เห็นคุณค่าตนเอง

1.3.1.2 เชื้อมั่นในตนเอง

1.3.2 พึงพอใจในชีวิต

1.3.2.1 มองโลกในแง่ดี

1.3.2.2 มีอารมณ์ขัน

1.3.2.3 พึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

1.3.3 มีความสงบทางใจ

1.3.3.1 มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข

1.3.3.2 รู้จักผ่อนคลาย

1.3.3.3 มีความสงบทางจิตใจ

2. โปรแกรมภาษาประสาทสัมผัส (Neuro-Linguistic Programming: NLP) หมายถึง โครงสร้างประสบการณ์เฉพาะที่เกิดขึ้นผ่านระบบประสาททั้งห้า อันได้แก่ การเห็น การได้ยิน การดมกลิ่น การลิ้มรส และการสัมผัส เข้าสู่กระบวนการป้อนรหัสและให้ความหมาย โดยจิตสำนึก และจิตใต้สำนึกของแต่ละบุคคล เพื่อแสดงออกมาทั้งทางวจน และอวัจนภาษาของแต่ละบุคคล

3. เทคนิคสัญญาณพลังแบบองค์รวม (Global Anchoring) หมายถึง กระบวนการกระตุ้น ให้ผู้รับคำปรึกษาได้เชื่อมโยงประสบการณ์ ผ่านระบบประสาทสัมผัสทั้งห้า ประสานการทำงานของจิตสำนึกและจิตใต้สำนึก นำไปสู่การสร้างหรือนำเอาพลังสร้างสรรค์ที่มีอยู่ในตัวบุคคลมาใช้ จัดการกับสภาวะที่เป็นปัญหาหรือปมขัดแย้งของบุคคล ประกอบไปด้วยขั้นตอนต่อไปนี้

3.1 ผู้รับคำปรึกษาอยู่ในสภาวะที่ผ่อนคลาย และหลับตา

3.2 ผู้รับคำปรึกษาคิดถึงพลังบวกที่จำเป็นในการจัดการกับสภาพปัญหา

3.3 ผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสดึงพลังบวก ความรู้สึกที่ดี สิ่งที่ต้องการจะเป็น

ออกมา แล้วตรวจเทียบพฤติกรรม

3.4 ผู้รับคำปรึกษาคิดถึงพลังบวกที่จำเป็นในการจัดการกับสภาพปัญหาและหยุดพลังไว้ ณ ขณะนั้น

3.5 เสริมสัญญาณพลังบวกนั้นซ้ำ ๆ ในขณะที่ผู้รับคำปรึกษากำลังจินตนาการหรืออยู่กับประสบการณ์ของพลังบวกและความเข้มแข็ง

3.6 ผู้รับคำปรึกษานึกถึงเหตุการณ์ที่ไม่ดี ไม่พึงพอใจ แล้วหยุดสัญญาณพลังไว้

3.7 ทลายสัญญาณพลังโดยการให้ผู้รับคำปรึกษานึกถึงสิ่งที่ดีก่อน แล้วนำไปลบสิ่งที่ไม่ดีที่ไม่ต้องการแล้วส่งสัญญาณทั้งสองด้านนี้พร้อม ๆ กัน

3.8 ถอนการให้สัญญาณพลังทั้งสองด้านออกพร้อม ๆ กัน

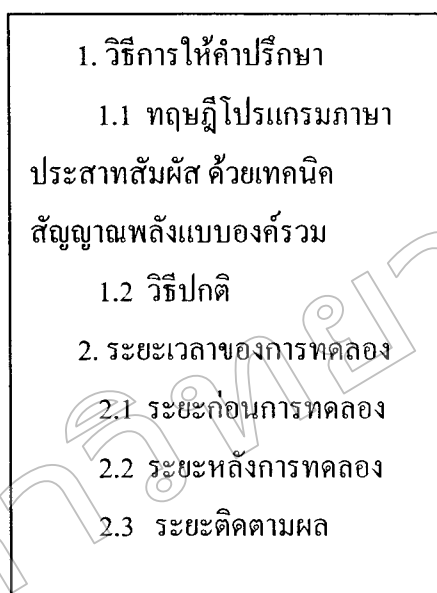
3.9 การนำสู่อนาคตเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา ได้นำพฤติกรรมเป้าหมายที่มี ไปใช้เมื่อต้องการ

3.10 ยุติกระบวนการ และติดตามผล

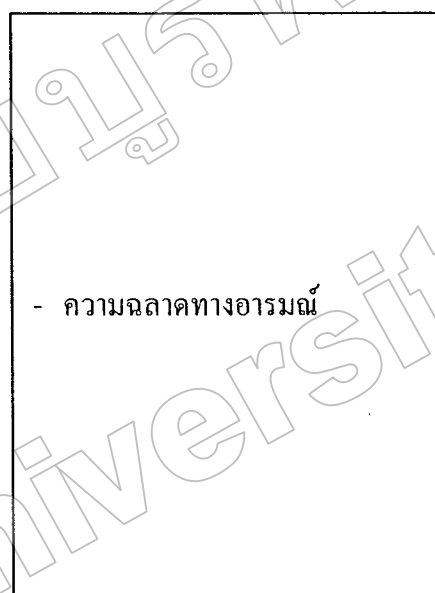
4. วิธีปฏิบัติ หมายถึง นักเรียนดำเนินกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวันและการเรียนการสอนตามปกติโดยไม่ได้ให้การปรึกษาในโปรแกรมภาษาประสาทสัมผัสโดยใช้เทคนิคสัญญาณพลังแบบองค์รวม

กรอบแนวคิดการวิจัย

ตัวแปรอิสระ



ตัวแปรตาม



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย